Überbackenes Cassoulet

Vegetarisch

Zutaten (6 Portionen)

» 125g Bohnen (weiß)
» 15g getr. Steinpilze
» 175g Pilze (gemischt)
» 3 EL Thymian
» 1 EL Rosmarin
» 1 EL Salbeiblatt (-blätter)
» 2 Möhre(n)
» 2 Stangen Staudensellerie
» 1 rote Paprika
» 150ml Rotwein
» 4 EL Tomatenmark
» 1 EL Sojasoße
» Salz & Pfeffer
» 1/2 Baguette(s)
» 250g Perlzwiebel(n)
» 8 EL Olivenöl
» 3 Knoblauchzehe(n)
» 25g Parmesan

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
11-15€

Zubereitungszeit
über 120min

Zubereitung

1. Bohnen über Nacht einweichen. Bohnen abgießen und mit 1,2l Wasser in einen Topf geben. Aufkochen und 10min sprudelnd kochen lassen. Hitze reduzieren und zugedeckt 45min köcheln lassen. Bohnen abgießen, 300ml der Kochflüssigkeit auffangen.

2. Getrocknete Steinpilze mit 150ml kochendem Wasser übergießen und 20min einweichen. Abgießen, Flüssigkeit auffangen. Pilze in Scheiben schneiden.

3. 3EL Öl in einer Pfanne erhitzen. 2 gepresste Knoblauchzehen und halbierte Perlzwiebeln 5min anbraten.Pilze und je 1EL der gehackten Kräuter 5min mitbraten, bis die Pilze goldgelb sind. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und beiseite stellen.

4. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen und gewürfelte Möhren, in Scheiben geschnittenen Sellerie und gewürfelte Paprika 5min anbraten. Wein aufgießen und 3min kräftig kochen lassen. Bohnen samt Flüssigkeit, Pilzmischung, Steinpilze mit Einweichwasser, Tomatenmark und Sojasoße unterrühren und abschmecken. in 4 kleine feuerfeste Formen füllen.

5. Baguettescheiben auf das Gemüse legen. Restliches Öl, Knoblauch und Thymian mischen, auf die Brote streichen und mit Parmesankäse bestreuen. Locker mit Folie abdecken und 30min bei 190°C im vorgeheizten Ofen backen. Folie entfernen und in weiteren 20min knusprig goldbraun backen.

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke